

Terepgyakorlatom helyszíne:

Ópusztaszeri Nemzeti Történeti Emlékpark
Ópusztaszer



Károlyi Alexandra

Egészségfejlesztés specializáció

Rekreációs szervezés és egészség-
fejlesztés szak



Terepgyakorlati feladataim....

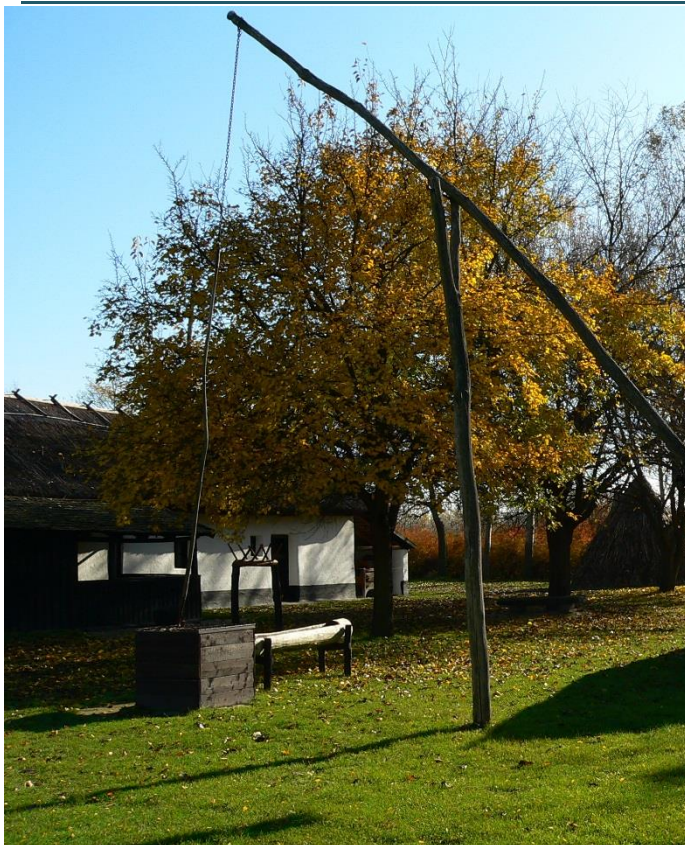
Terepgyakorlatomat az elmúlt évben az Ópusztaszeri Nemzeti Történeti Emlékparkban végeztem. Az első félévben 36, a második félévben 70 órát töltöttem terepen. Az emlékpark 130 dolgozóval rendelkezik, 55 hektáron terül el, és több mint 20 éve áll nyitva a látogatók számára. Emlékszem, szeptemberben a választásom azért esett az emlékparkra, mert mindenképpen olyan helyre szerettem volna menni, amelynek a szemléletével azonosulni tudok, és értéket képvisel a létezésével az emberiség, vagy akár „csak” a nemzetünk számára.

A feladataim során lehetőségem nyílt feltérképezni a dolgozók egy részének egészségi állapotát, rekreációs- és táplálkozási szokásaikat. Mivel erre vonatkozó korábbi felmérések még nem születtek eddig, érdeklődve, és figyelemmel kísérték a munkámat a dolgozók, ami számomra hatalmas adag motivációt jelentett, hiszen láttam, hogy hasznos, és fontos tevékenységet végzek.

A terephelyen áprilisban megvalósított négy elemből álló projekttervem elsődleges célja az volt,

hogy az itt dolgozók még közelebb kerüljenek egymáshoz, és a jelenleginél is több, társas kapcsolatokat erősítő, és összetartó szokásokat alakítsanak ki a munkahelyükön. Örülök neki, hogy lehetőségem nyílt bekapcsolódni az itt folyó mindennapi teendőkbe, hiszen ezekkel a tapasztalatokkal, sokkal tágabb bepillantást nyertem a dolgozók érzéseire, gondolataira vonatkozóan, amikből a későbbiekben sok ötletet merítettem a projektem megvalósításához. Mindenképpen szeretném kihangsúlyozni, hogy a lelkesedésem fenntartásához, és a kitartásomhoz nagyban hozzásegített a Tourinform irodában lévő otthonos, és belsőleges légkör, amely mindig körülvett.

Az itt eltöltött, több mint 100 óra során soha nem a kötelezettség súlyával mentem ki a parkba, hanem a természethez való visszatérés lehetőségének örömeivel, hiszen egy egészségfejlesztő számára is szükség van a feltöltődésre, és erre – úgy gondolom – az emlékpark tökéletesen megfelelő helyszín.



Amire büszke vagyok....

Örömmel láttam, hogy a dolgozók nyitottak a tanulmányaim során megszerzett tudás befogadására, és ez a kötelező feladataimon kívül is megmutatkozott. Nem egyszer azon kaptam magam, hogy ebéd közben egy spontán és komplett rövid tanácsadási folyamatba bonyolódtam egy-egy dolgozóval, akiknek sikerült felkeltenem az érdeklődését a puszta jelenlétemmel a szak által képviselt tudatos egészségszemlélet felé. Ezzel sikerült megmásítanom az eddigi véleményüket az egészség, mint érték fontosságáról, illetve az egészségfejlesztő szakember létjogosultságáról. Ezekben a helyzetekben tanúbizonyságot tehettem talpraesettségemről, és gyors problémamegoldóképességemről.

Károlyi Alexandra egészségfejlesztő tevékenységéről...

Az Emlékpark turisztikai jelentőségéből adódóan jellemzően turizmus- vendéglátás szakos hallgatók kérik a szakmai gyakorlat letöltését az Ópusztaszeri Emlékparkban. Ezért is vettük érdeklődéssel Károlyi Alexa rekreációs szervezés és egészségfejlesztés szakos hallgató jelentkezését, hisz ilyen területről még nem volt gyakornokunk. Elmondása szerint kötődik a Parkhoz, néhány ismerőse is itt dolgozik, ezért is választott bennünket szakmai gyakorlatának helyszínéül.

Alexa komplett, felépített programmal jelentkezett, melynek részleteit hétről- hétre beszéltük meg. Alexa volt az első hallgató, aki gyakorlata során intézményen belül egészséggel, életmóddal kapcsolatos kérdéseket tett fel, feladatokat adott a dolgozóknak. Kidolgozott programjával próbálta kommunikációra fogni a munkatársakat, nemcsak egyéni, de csoportos, páros feladatokkal is ellátta az önkéntes jelentkezőket. A részlegvezetőkkel történt egyeztetések után igyekeztünk olyan időpontot meghatározni a feladatok ellátására, amikor a vendégek miatt legkevésbé zavarja a dolgozókat munkájuk ellátásban. Nem volt könnyű dolga, hisz ilyen jellegű feladatok megoldásával, kérdések megválaszolásával még nem találkozta a dolgozók, látható volt a kezdeti bizonytalanság, és sajnos érdektelenség is tapasztalható volt. Emiatt volt, hogy át kellett dolgoznia projektjét, mely során kiválóan alkalmazkodott a helyzethez. Sikerült annyi munkatárssal kapcsolatba lépnie, hogy jól felépített és átgondolt projektjét a munkatervben foglaltak szerint teljesítse. Szorgalmasan elvégezte adminisztrációs feladatait is, tevékenységéről mindig tájékoztatott. Gyakorlatának végeztével kérésre átadta munkanaplójának másolatát.

Komolyan vette munkáját, megbízható volt, elfogadta tanácsaimat, feltétel nélkül alkalmazkodott az Emlékpark rendjéhez, szabályaihoz. Szívélyesen segített néhány, nem a gyakorlatához kapcsolódó feladatban is, nagyban segítve ezzel az iroda munkáját.

Búcsúzásakor köszönettel vettük kedves ajándékát, és bízunk benne, hogy munkája hasznos volt számára, az Emlékparkban eltöltött gyakorlata a javára vált.



Ferencziné Kovács Éva

kapcsolattartó
terepkoordinátor